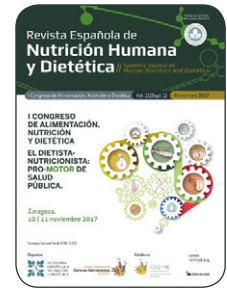


# I CONGRESO DE ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y DIETÉTICA EL DIETISTA-NUTRICIONISTA: PRO-MOTOR DE SALUD PÚBLICA



ACADEMIA  
ESPAÑOLA DE  
NUTRICIÓN  
Y DIETÉTICA

Colegio Profesional de  
Dietistas-Nutricionistas  
de Aragón



www.renhyd.org

## RESÚMENES DE PONENCIAS

11 de noviembre de 2017 | MESA REDONDA

Presente y futuro de la alimentación, desde la tecnología  
a los movimientos migratorios actuales

Ponencia 1



APPs móvil en el sector de la nutrición clínica:  
¿amigas o enemigas para el Dietista-Nutricionista?

Ismael San Mauro Martín<sup>1,\*</sup>, Elena Garicano Villar<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Centros de Investigación en Nutrición y Salud (Grupo CINUSA), Madrid, España.

\*ismasmm@gmail.com

Las APPs para profesionales permiten tomar decisiones de manera más rápida, con una menor tasa de error y un aumento en la calidad de la gestión y la accesibilidad a los datos<sup>1</sup>. Los *smartphones* son capaces de ayudar en el diagnóstico, y tratamiento de varias enfermedades, gracias a que hay APPs con referencias, o con funciones para apoyar decisiones que requieren menos esfuerzo para el profesional, y se considera que tienen una baja tasa de error<sup>2</sup>.

Las APPs para pacientes son capaces de mejorar la educación, el manejo de las enfermedades crónicas de forma autónoma y, en gran medida, permiten la monitorización a distancia de los pacientes<sup>1</sup>.

Una aplicación móvil o APP, es un software o programa informático, que está diseñado para funcionar en teléfonos inteligentes (*smartphones*), *tablets* y otros dispositivos móviles<sup>3</sup>.

Sin embargo, pese a este beneficio, también nos encontramos varios desafíos:

- En primer lugar los problemas de software, que cambian rápidamente.
- Y en segundo lugar, que el contenido y la información en esas APPs no siempre es fiable, puesto que

normalmente se desarrollan por profesionales no expertos en salud.

En 2014 se realizó una revisión de las APPs más importantes en el ámbito de la nutrición, alimentación, dietética y salud (incluyendo: *wellness*, *fitness*, ejercicio, y algunas enfermedades), dando respuesta a una tendencia importante y que observó la desinformación al consumidor, la variabilidad en la calidad técnica de las APPs y el riesgo del uso directo de estas APPs a la población directamente<sup>4</sup>.

Tras el continuo estudio desde la revisión publicada, se constató la correcta adaptación de la programación de algunas APPs, software, webs, etc. Pero se abre otro dilema, el de si tenemos los medios para no sesgar la usabilidad, de si la programación se basa en la evidencia científica o en la experiencia clínica del Dietista, o el suministro de bases de datos para la estructura del contenido, y por tanto de si estas son válidas o no.

Las APPs pueden ser herramientas para el uso clínico siempre que estén bien programadas y sean como una herramienta más y complementaria a otras. No todas valdrán<sup>5</sup>, y es complicado discernir entre las que sí, y las que no. Pueden servir de motivación y adherencia en algunos pacientes, servir para

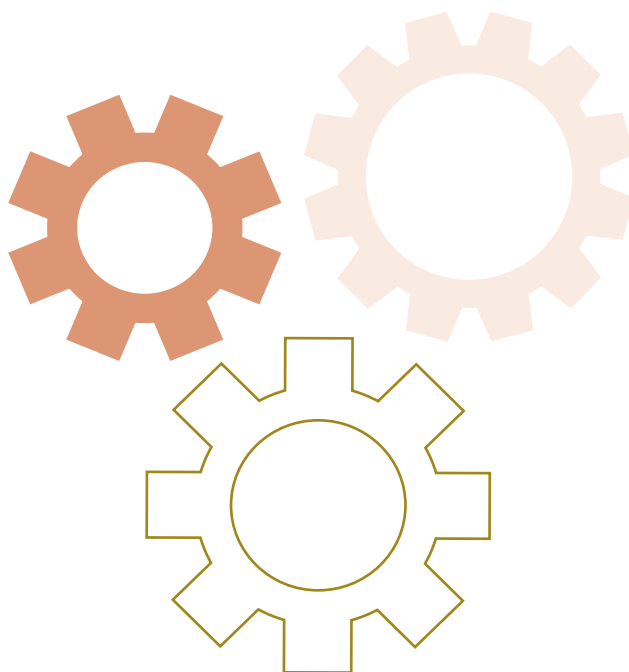
la mejora del tiempo de las consultas del Dietista y ser una estrategia comercial y de marketing, en las APPs destinadas al uso compartido Dietista-paciente o paciente directamente. Son necesarios más ensayos clínicos bien diseñados para poder establecer los avances de la tecnología en la práctica clínica con un aval de evidencia.

### CONFLICTO DE INTERESES

Grupo CINUSA, Departamento de Medicina UCM, Dr. Schär Institute, Clínica Ojeda.

### REFERENCIAS

- (1) Velsen L, Beaujean DJ, Gemert-Pijnen JE. Why mobile health app overload drives us crazy, and how to restore the sanity. BMC Med Inform Decis Mak. 2013; 13: 23.
- (2) Sherwin-Smith J, Pritchard-Jones R. Medical applications: the future of regulation. Bull R Coll Surg Engl. 2012 Jan 01; 94(1): 12-3.
- (3) Aitken M, IMS Institute For Health Informatics. Patient Apps for improved healthcare. From novelty to mainstream. Oct 2013.
- (4) San Mauro Martin I, Gonzalez Fernandez M, Collado Yurrita L. Aplicaciones móviles en nutrición, dietética y hábitos saludables; análisis y consecuencia de una tendencia a la alza. Nutr Hosp. 2014; 30(1): 15-24.
- (5) Zaidan S, Roehrer E. Popular mobile phone apps for diet and weight loss: a content analysis. JMIR mHealth uHealth. 2016; 4(3): e80.



### Acerca del autor:

Ismael San Mauro es Dietista-Nutricionista y Doctor en Biomedicina por la Universidad Complutense de Madrid. Tiene varios másteres oficiales relacionados con la genética y la interacción de los genes y la alimentación y el ambiente; es profesor en el Grado de Nutrición Humana y Dietética en la UCM, dirige su propio grupo de investigación, cuenta con 50 publicaciones científicas y una quincena de comunicaciones en congresos nacionales e internacionales, ha recibido premios autonómicos y nacionales por su actividad; forma parte de varios comités científicos, y es Académico Numerario de la Academia Española de Nutrición y Dietética. Dirige los Centros de Investigación en Nutrición y Salud (Grupo CINUSA) y la Clínica CINUSA.